యోగాభ్యాసం.. ఆరోగ్య భాగ్యం

నేడు అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

- నిత్య సాధనతో వ్యాధులు దూరం
- శారీరక దృఢత్వం, మానసిక ఉల్లాసం
- పెరుగుతున్న యోగా శిక్షణ కేంద్రాలు
- సాధకుల హర్షాతిరేకాలు



నడుపూరు హైస్కూల్లో యోగా సాధన చేస్తున్న అభ్యాసకులు



యారాడ బీచ్‌లో యోగాభ్యాసం సాధకులు (ఫైల్)

పెదగంట్యాడ/అగనంపూడి/ఉక్కునగరం/అక్కిరెడ్డిపాలెం: మన సంస్కృతిలో భాగమైన యోగా నేడు ప్రజల జీవన విధానంలో భాగమైంది. ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తూ.. ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో శారీరక ఆరోగ్యానికి, మానసిక ప్రశాంతతకు దివ్య ఔషధంగా మారింది. యోగాను నిత్యం సాధన చేయడం ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం లభిస్తుందని యోగా గురువులు చెబుతున్నారు. సూర్య నమస్కారాలు, యోగాసనాలు శారీరకంగా ఎంతో ఉత్తేజాన్నిస్తున్నాయని, ప్రాణాయామం, ధ్యానం మానసిక ప్రశాంతతనిస్తోందని సాధకులు చెబుతున్నారు. యోగా సాధన వల్ల చేకూరే ప్రయోజనాలను గుర్తించిన ఆరోగ్యాభిషులు దీనిని దినచర్యలో భాగం చేసుకోవడంతో నియోజకవర్గ పరిధిలో యోగా కేంద్రాలు పెరిగాయి, పార్కులు, మైదానాలు తదితర ప్రాంతాల్లో యోగ సాధన చేస్తున్నవారు నిత్యం కనిపిస్తూనే ఉన్నారు.

పెరుగుతున్న శిక్షణ కేంద్రాలు : ఈ నేపథ్యంలో గాజువాక, పరిసర ప్రాంతాల్లో వివిధ సంస్థల ఆధ్వర్యంలో యోగా కేంద్రాలు విజయవంతంగా నడుస్తున్నాయి. మానసిక ప్రశాంతతకు దూరమవుతున్నవారిలో ధైర్యం నింపి భవిష్యత్‌పై భరోసా కల్పించేలా నిర్వాహకులు ప్రోత్సహిస్తున్నారు. ఉదయం, సాయంత్రం సమయాల్లో ఆయా కేంద్రాల్లో యోగా, ధ్యాన శిబిరాలను నిర్వహిస్తున్నారు. పెదగంట్యాడ మండలంలో బ్రహ్మకుమారీలు, అహింసా పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం, ఆర్ఎస్ఎస్‌లో శిక్షణ పొందిన వారు సేవాభావంతో ఉచితంగా యోగా శిక్షణ ఇస్తున్నారు. వారి వద్ద శిక్షణ పొందిన ఎందరో ఆరోగ్యంగా ఉన్నామని చెబుతున్నారు.

నేడు యోగాభ్యాసం

యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని శుక్రవారం ఉదయం 8 గంటల నుంచి జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల నడుపూరు మైదానంలో గురువులు ఎం.శివ నాగేశ్వరరావు, పిరమిడ్ స్పిరిట్యువల్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో ప్రజలతో పెద్ద ఎత్తున యోగాభ్యాసాలు చేయిస్తున్నారు. మండల ఉన్నతాధికారులతో పాటు ప్రజా ప్రతినిధులు హాజరై ప్రజలకు యోగా ప్రాధాన్యతను తెలియజేస్తారని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

20 ఏళ్లుగా యోగా చేస్తున్నా



2004 నుంచి నేను నిత్యం యోగా చేస్తున్నాను. ఉక్కు స్టేడియంలో కనకరావు గురువుగారి నేతృత్వంలో యోగా శిక్షణ పొందాం. యోగా చేయడం వల్ల రోగాలు దగ్గరకు రావు. నిత్య జీవితంలో యాక్టివ్‌గా ఉంటాం. బీపీ, షుగర్ నియంత్రణలో ఉంటున్నాయి. యోగా వల్ల మానసిక ఒత్తిడి బాగా తగ్గుతుంది. ప్రశాంతత లభిస్తుంది.

– జెర్రిపోతుల అప్పారావు, స్టీల్‌ప్లాంట్ రిటైర్డ్ ఉద్యోగి

ఒత్తిడికి దివ్య ఔషధం



యోగాతో ప్రధానంగా మానసిక, శారీరక ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. బీపీ, షుగర్ నియంత్రణలో ధ్యానం, యోగా తిరుగులేని ఉపశమనాన్ని ఇస్తాయి. యోగాతో ఎలాంటి సవాళ్లయినా ఎదుర్కోవచ్చని శాస్త్రీయంగా నిరూపితమైంది. దీన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని గత 14 సంవత్సరాలుగా అహింస పిరమిడ్ కేంద్రం ద్వారా ఉచితంగా ధ్యానం, యోగా నేర్పిస్తున్నాం. ఇప్పటికి మండలంలో సుమారు 3000 మందికి శిక్షణ ఇచ్చాం. అందరికీ ఈ శిక్షణ ఎంతో ఉపయోగపడుతోంది.

–ఎం శివ నాగేశ్వరరావు, అహింస పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం నిర్వాహకుడు, పెదగంట్యాడ

అపర సంజీవని యోగా



నేను ఐదేళ్లుగా వికాస్ నగర్‌లో ఉచితంగా యోగా శిక్షణ ఇస్తున్నాను. నా వద్ద 8 ఏళ్ల చిన్నారుల నుంచి 60 ఏళ్ల వృద్ధుల వరకు యోగా అభ్యసిస్తున్నారు. యోగా ఒక సంజీవని అని చెప్పవచ్చు. డయాబెటిస్, బీపీ, మైగ్రేన్, అన్ని రకాల వెన్నునొప్పులు, సయాటికా, ఉదర సమస్యలు. జీర్ణకోశ వ్యాధులకు చక్కటి పరిష్కారం యోగ సాధనలో లభిస్తుంది.

–పి.జంగమయ్య, యోగా ట్రైనర్, పెదగంట్యాడ

దైనందిన జీవితంలో భాగమైంది



యోగ సాధన దైనందిన జీవితంలో ఒక భాగమైపోయింది. యోగాతో మానసిక ప్రశాంతతతో పాటు శారీరకంగాను దృఢత్వం వస్తోంది. అలసట దూరమై, రోజువారీ కార్యకలాపాలు ఉత్సాహంగా చేసుకోగలుగుతున్నాం. ఆరేళ్లుగా యోగ సాధన చేస్తున్నాను. రోజూ యోగా, ధ్యానం చేయడం వల్ల ప్రశాంతమైన జీవన విధానం అలవడింది. ప్రతీ ఒక్కరూ యోగా సాధన చేస్తే ఆరోగ్యం సొంతమవుతుంది. దివ్య ఔషధంగా ఉపయోగపడుతుంది.

– ఎం.శ్రీనివాసరావు, యోగ సాధకుడు, ఫార్మాసిటీ కాలనీ

యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం



యోగా శారీరక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక సామర్థ్యాన్ని పెంపొందిస్తుంది. ప్రతీ రోజు కనీసం 20 నిమిషాలైనా యోగా చేస్తే ఫిట్‌గా ఉండగలం. మెదడు, ఊపిరితిత్తులకు సంబంధించిన వ్యాధులతో పాటు ఆస్తమా వంటివి యోగాతో బాగా తగ్గుతాయి. ఒత్తిడి, ఆందోళన, నిరాశ దూరం అవుతా యి. శీర్షాసనం, భుజంగాసనం, హలాసనాల ద్వారా గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు. యోగా నిపుణుల పర్యవేక్షణలో నిత్యం సాధన చేస్తే సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సొంతమవుతుంది.

– డాక్టర్ అపర్ణ, షీలానగర్ కిమ్స్ ఐకాన్ కన్సల్టెంట్ ఫిజియోథెరపిస్ట్

ఆరోగ్యం మన చేతుల్లోనే..



ప్రతీ రోజూ కొంచెం సమయం కేటాయిస్తే చాలు వ్యాధులకు చెక్ పెట్టవచ్చు. సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని సొంతం చేసుకోవచ్చు. యోగ సాధనతో రోజంతా చాలా యాక్టివ్‌గా ఉండగలుగుతారు. మా వద్ద శిక్షణకు అన్ని వయసుల వారు వస్తున్నారు. ఆరోగ్యంగా, ఆనందంగా ఉండగలుగుతున్నామని చెబుతున్నారు. ఇక యోగా డే అంటే మాకు పండగ. అందరం ఒకచోట చేరి యోగాభ్యాసం చేస్తాం.

– గంట్ల దేముడు, యోగా ట్రైనర్, భెల్ ఫ్రెండ్స్ పవర్ యోగా అసోసియేషన్

చాలా యాక్టివ్‌గా ఉంటున్నాం



నేను యోగా శిక్షణ తీసుకుంటున్నా. ఇక్కడికి వచ్చాక నా జీవనశైలిలో ఎంతో మార్పు వచ్చింది. ఎంత శారీరక శ్రమ చేసినా అలసట ఉండటం లేదు. ప్రశాంతంగా కూడా ఉంటోంది. మా యోగా కేంద్రానికి అనారోగ్య సమస్యలతో ఎంతో మంది వస్తుంటారు. కొద్ది రోజుల్లోనే వారిలో ఎంతో మార్పు చూస్తున్నాం. వారిని చూస్తే ఎంతో ఆశ్చర్యం అనిపిస్తుంది. నిజంగా యోగా దివ్య ఔషధం.

–రెడ్డి శివ, యోగా సాధకుడు, నాతయ్యపాలెం

ఆరోగ్య సమస్యలన్నింటికీ పరిష్కారం



నాలుగేళ్ల క్రితం యోగాలో చేరాను. అప్పటికి నేను చాలా ఆరోగ్య సమస్యలతో ఇబ్బంది పడేవాడిని. స్పాండిలైటిస్, గ్యాస్ట్రిక్, సైనసైటిస్ తదితర ఆరోగ్య సమస్యలకు మందులు వాడేవాడిని. యోగా శిక్షణ పొందినప్పటి నుంచి ఏ మందులు వాడటం లేదు. యోగాపై ఆసక్తితో ఏయూ నుంచి యోగాలో పీజీ పూర్తి చేశాను. వేసవిలో చాలా మందికి శిక్షణ కూడా ఇస్తున్నాం.

– ఎస్.వి. రమణ, కోక్‌ఓవెన్స్ చార్జిమెన్, స్టీల్‌ప్లాంట్

క్లుప్తంగా

నేడు యోగా డే వేడుకలు

అక్కిరెడ్డిపాలెం: ప్రపంచ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని శుక్రవారం పలు ప్రాంతాల్లో వేడుకలు నిర్వహించనున్నట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఆటోనగర్‌లోని విశాఖ ఆటోనగర్ స్మాల్ స్కేల్ ఇండస్ట్రియలిస్ట్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ (వాసీవా) భవనంలో పారిశ్రామిక వేత్తలు యోగా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించనున్నట్లు ప్రతినిధులు తెలిపారు. భెల్ (హెచ్‌పీవీపీ)లో ఫ్రెండ్స్ పవర్ యోగా అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో సంస్థలోని కమ్యూనిటీ సెంటర్‌లో యోగా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించనున్నారు. 68వ వార్డు మిందిలోని ప్రభుత్వ హోమియోపతి ఆస్పత్రిలో యోగా దినోత్సవం నిర్వహించనున్నట్లు ఆస్పత్రి వైద్యురాలు శ్రీదేవి తెలిపారు.

ఆకుపచ్చని జ్ఞాపకం పుస్తకావిష్కరణ రేపు



మాట్లాడుతున్న వెంకట్ కంచిపాటి

అగనంపూడి: యువ రచయిత వెంకట్ కంచిపాటి రచించిన ఆకుపచ్చని జ్ఞాపకం పుస్తకావిష్కరణ కార్యక్రమం శనివారం సాయంత్రం అగనంపూడి సీడబ్ల్యూసీలో చేపట్టనున్నట్టు నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో కంచిపాటి గురుమూర్తి స్మారక పురస్కారాలు, కథలు, కవితల పోటీల విజేతలకు బహుమతులు కూడా అందించనున్నట్లు వెంకట్ తెలిపారు. కార్యక్రమానికి రచయిత, నటులు చెల్లూరి సాంబమూర్తి, దేవులపల్లి దుర్గా ప్రసాద్, సినీ నటుడు ఐ.ప్రసన్నకుమార్, తెలుగు పండితుడు కొప్పిశెట్టి సూర్యనారాయణ అతిథులుగా హాజరు కానున్నట్లు తెలియజేశారు.

సకాలంలో ధ్రువపత్రాల జారీకి వినతి



తహసీల్దారుకు వినతిపత్రం అందజేస్తున్న నాయకులు

ఉక్కునగరం: స్టీల్‌ప్లాంట్, పెదగంట్యాడ, గాజువాక ప్రాంతాలకు చెందిన బీసీ, ఓబీసీ వర్గాల పిల్లలకు కుల ధ్రువీకరణ పత్రాలు సకాలంలో జారీ చేయాలని స్టీల్‌ప్లాంట్ ఓబీసీ ఉద్యోగుల సంక్షేమ సంఘం నాయకులు కోరారు. ఈ మేరకు వారు గాజువాక తహసీల్దార్ శ్రీవల్లిని కలిసి, వినతిపత్రం అందజేశారు. ధ్రువపత్రాల జారీలో జాప్యం జరిగితే విద్యార్థులు నష్టపోతారని తెలిపారు. దీనిపై ఆమె సానుకూలంగా స్పందించారని నాయకులు తెలియజేశారు. కార్యక్రమంలో సంఘం అధ్యక్షుడు బి.అప్పారావు, ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీనివాసరావు, ఉప ప్రధాన కార్యదర్శి కోయిలాడ శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అప్పన్నకు ఘనంగా ఆర్జిత సేవలు



స్వర్ణ పుష్పాలతో ప్రదక్షిణ చేస్తున్న అర్చకుడు, భక్తులు

సింహాచలం: శ్రీవరాహ లక్ష్మీనృసింహస్వామికి గురువారం ఆర్జిత సేవలు ఘనంగా జరిగాయి. ఉదయం 7 గంటల నుంచి స్వర్ణ పుష్పార్చన వైభవంగా నిర్వహించారు. ఆలయ కల్యాణ మండపంలో స్వామివారి ఉత్సవమూర్తులు గోవిందరాజస్వామి, శ్రీదేవి, భూదేవిలను వేదికపై అధిష్ఠింపజేసి, 108 స్వర్ణ సంపెంగలతో అష్టోత్తర శతనామావళి పూజ చేశారు. ఉభయదాతలకు స్వామివారి శేషవస్త్రాలు, ప్రసాదం అందజేశారు.

- శ్రీవరాహ లక్ష్మీనృసింహస్వామికి గురువారం 9.30 గంటల నుంచి నిత్య కల్యాణాన్ని శాస్త్రోక్తంగా నిర్వహించారు. ఉభయదాతలకు స్వామి శేషవస్త్రాలు, ప్రసాదం అందజేశారు.

గాజువాక హైస్కూల్ విద్యార్థుల ప్రతిభ

చిత్రలేఖనం, వక్తృత్వ పోటీల్లో బహుమతులు



బహుమతులతో విద్యార్థులు

గాజువాక: ప్రపంచ పర్యావరణ దినోత్సవం సందర్భంగా ఎకో క్లబ్ మిషన్ ఫర్ లైఫ్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన పోటీల్లో గాజువాక హైస్కూల్ విద్యార్థులు ప్రతిభ ప్రదర్శించారు. చిత్రలేఖనం, ఉపన్యాసం అంశాల్లో ఈ నెల 5 నుంచి 20వ తేదీ వరకు కొనసాగిన పోటీల్లో చిత్రలేఖనం సీనియర్స్ విభాగంలో పదో తరగతి విద్యార్థిని వై.నీతు అక్షయ, జూనియర్స్ విభాగంలో ఏడో తరగతి విద్యార్థిని జాహ్నవి ద్వితీయ స్థానాలను సాధించగా, ఉపన్యాస పోటీల జూనియర్స్ విభాగంలో తొమ్మిదో తరగతి విద్యార్థిని వై.నికీష ద్వితీయ స్థానం సాధించింది. ఈ సందర్భంగా వారికి డీఈవో చంద్రకళ చేతుల మీదుగా బహుమతులను అందజేశారు. పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయిని కె.విజయ ప్రశాంతి, చిత్రలేఖన ఉపాధ్యాయుడు భావనారుషి, కో–ఆర్డినేటర్లు సీహెచ్.కమల, జనార్దన్ తదితరులు అభినందించారు.

కార్పొరేట్ల అడుగులకు మడుగులొత్తితే పతనమే..



దీక్ష శిబిరంలో పాల్గొన్న కార్మిక సంఘాల నేతలు

అగనంపూడి: కార్పొరేట్ శక్తుల అడుగులకు మడుగులొత్తితే ఏ దేశమైనా, రాష్ట్రమైనా, సంస్థ అయినా పతనం అంచుల్లోకి వెళ్లక తప్పదని విశాఖ ఉక్కు పరిరక్షణ, పోరాట కమిటీ నాయకులు ఎన్.రామారావు, డి.ఆదినారాయణ అన్నారు. విశాఖ ఉక్కు పరిరక్షణ, పోరాట కమిటీ నేతృత్వంలో 1225వ రోజు కూర్మన్నపాలెం రిలే దీక్షా శిబిరంలో వారు మాట్లాడారు. దేశంలో, రాష్ట్రంలో ఉన్న ఎన్‌డీఏ కూటమి ప్రభుత్వాలు ఇప్పటికైనా కళ్లు తెరిచి, ప్రజల ఆస్తులను బడాబాబులకు దోచిపెట్టడం మానుకోవాలని హితవు పలికారు. లేకపోతే పాలకులు కాలగర్భంలో కలిసిపోక తప్పదన్నారు. ప్రభుత్వ రంగ సంస్థను నాశనం చేయాలనుకోవడం ఒక జాతిని నాశనం చేసుకోవడంతో సమానమన్నారు. ఇప్పటికైనా కేంద్రప్రభుత్వం దిగివచ్చి, విశాఖ స్టీల్‌ప్లాంట్‌ను ప్రభుత్వరంగ సంస్థగానే కొనసాగిస్తున్నట్లు ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేశారు. కార్యక్రమంలో నాయకులు వరసాల శ్రీనివాసరావు, నీరుకొండ రామచంద్రరావు, అయోధ్య రామ్, డేవిడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మొక్కలతో దివ్యాంగ బాలల్లో మానసిక ఉల్లాసం

- జిల్లాలోని 11 భవిత కేంద్రాల్లో మొక్కల పెంపకం
- జీవీఎంసీ అదనపు కమిషనర్ విశ్వనాథన్



ఎకో వైజాగ్ కరపత్రాన్ని ఆవిష్కరిస్తున్న అదనపు కమిషనర్ విశ్వనాథన్ తదితరులు

పెదగంట్యాడ: దివ్యాంగ బాలల మానసిక ఉల్లాసానికి ఉద్యానవనాలు ఎంతగానో దోహదం చేస్తాయని జీవీఎంసీ అదనపు కమిషనర్ విశ్వనాథన్ అన్నారు. మండలంలోని భవిత కేంద్రాన్ని గురువారం ఆయన సందర్శించారు. సహిత విద్య జిల్లా కో–ఆర్డినేటర్ గీత ఆధ్వర్యంలో మొక్కలు నాటారు. ఈ సందర్భంగా అక్షిత ఇంగ్లిష్ మీడియం పాఠశాల యాజమాన్యం బహూకరించిన ట్రెడ్ మిల్, స్టిమ్యులేటర్‌ను ఆయన ప్రారంభించారు. అనంతరం ఏడీసీ మాట్లాడుతూ దివ్యాంగుల అభ్యున్నతికి తమ వంతు సహకారం అందించాలన్నారు. జిల్లాలోని 11 భవిత కేంద్రాల్లో ప్రత్యేక అవసరాల గల పిల్లల్లో మానసిక ఉల్లాసం కలిగించేందుకు రంగురంగుల పూల మొక్కలను, ఔషధ గుణాలు ఉన్న మొక్కలను నాటనున్నామని తెలిపారు. ఈ మొక్కలను విశాఖ గ్రీన్ క్లైమేట్ ఎన్‌జీవో సంస్థ అధ్యక్షుడు రత్నం తమ నర్సరీ నుంచి అందించనున్నారని చెప్పారు.

సుందర వనంగా విశాఖ నగరం

ఎకో వైజాగ్‌లో భాగంగా నిర్వహిస్తున్న కార్యక్రమాలు విద్యార్థుల్లో కొత్త ఆలోచనలు రేకెత్తించే విధంగా ఉన్నాయన్నారు. విశాఖ నగరాన్ని సుందర వనంగా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ విరివిగా మొక్కలు నాటాలని కోరారు. దీనికి సంబంధించి జీవీఎంసీ నుంచి సహకారం ఉంటుందన్నారు. అనంతరం పర్యావరణ పరిరక్షణపై విద్యార్థులకు పోటీలు నిర్వహించి, విజేతలకు బహుమతులు అందజేశారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి ఎల్.చంద్రకళ, ఏపీసీ బి.శ్రీనివాసరావు, గాజువాక జోనల్ కమిషనర్ సన్యాసినాయుడు, పెదగంట్యాడ తహసీల్దార్ భాస్కరరావు, ఎంఈవోలు శ్రీనివాసరావు, రమణాజీ, ఏపీవో అప్పలనాయుడు, ఏఎంవోహెచ్ డాక్టర్ కిరణ్‌కుమార్, జి.శ్రీనివాసరావు, జీలకర్ర రమణ, భువనేశ్వరి దేవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నూతన కార్యవర్గం ఎన్నిక



నూతన కమిటీని అభినందిస్తున్న సభ్యులు

గాజువాక: విశాఖ జిల్లా లారీ సప్లయర్స్ అసోసియేషన్‌కు నూతన కార్యవర్గాన్ని ఎన్నుకున్నారు. అసోసియేషన్ అధ్యక్ష, కార్యదర్శులుగా సింగంశెట్టి వెంకటేశ్వరరావు, వి.వెంకటేశ్వరరావు ఎన్నికయ్యారు. గౌరవాధ్యక్షులుగా ఎ.శ్రీనివాసరావు, కోశాధికారిగా ఎస్.వి.బాబు, ఉపాధ్యక్షులుగా శారదామూర్తి, కె.శ్రీనివాసరావు, సంయుక్త కార్యదర్శిగా హెచ్.వి.ఆర్.మూర్తిలను ఎన్నుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్ష కార్యదర్శులు మాట్లాడుతూ లారీ యజమానులు, డ్రైవర్లు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు కృషి చేస్తామన్నారు. అగనంపూడి టోల్‌గేటు సమస్య నెల రోజుల్లో పరిష్కరించే అవకాశం ఉందని, దీనివల్ల లారీ యజమానులకు ప్రయోజనం కలుగుతుందని అన్నారు.

సిరులతల్లికి పంచామృతాభిషేకం



ప్రత్యేక అలంకరణలో కనకమహాలక్ష్మి

డాబాగార్డెన్స్: బురుజుపేటలో వెలసిన కనకమహాలక్ష్మి అమ్మవారి దేవస్థానంలో గురువారం త్రికాల పంచామృతాభిషేకం జరిపారు. ఈ సేవలో పలువురు ఉభయదాతలు పాల్గొన్నారు. ఈ పూజలో పాల్గొనదలిచే భక్తులు రూ.1,000 పూజా రుసుం చెల్లించి పాల్గొనవచ్చు. ఈ ప్రత్యేక పూజను పరోక్ష పద్ధతిలో చేసుకునే ఆసక్తి గల భక్తులు యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా, టౌన్‌కొత్తరోడ్డు శాఖ, అకౌంట్ నంబరు 060810011006691, ఐఎఫ్ఎస్‌సీ కోడ్ యూబీఐఎన్ 0806081లో చెల్లించవచ్చు. కార్యక్రమంలో ఆలయ ఈవో శ్రీనివాసులరెడ్డి, ఏఈవోలు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

షీలానగర్‌లో విశాఖ కో–ఆపరేటివ్ బ్యాంక్ బ్రాంచ్



బ్యాంక్‌ను ప్రారంభిస్తున్న మాజీ ఎమ్మెల్యే మానం ఆంజనేయులు

అక్కిరెడ్డిపాలెం: షీలానగర్‌లో ది విశాఖపట్నం కో–ఆపరేటివ్ బ్యాంక్ 51వ శాఖను మాజీ ఎమ్మెల్యే మానం ఆంజనేయులు గురువారం ప్రారంభించారు. షీలానగర్ పెట్రోల్ బంక్ ఎదురుగా గల ఎంబీఆర్ కాంప్లెక్స్ గ్రౌండ్ ఫ్లోర్‌లో ఏర్పాటు చేసిన బ్యాంక్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో బ్యాంక్ చైర్మన్ చలసాని రాఘవేంద్రరావు మాట్లాడారు. 109 సంవత్సరాల చరిత్ర గల బ్యాంక్ ఎన్నో మైలురాళ్లను అధిగమించిందన్నారు. షీలానగర్‌లో కొత్త బ్రాంచ్ ఏర్పాటుతో స్థానికులకు సౌలభ్యంగా ఉంటుందన్నారు. కార్యక్రమంలో విశాఖ డెయిరీ చైర్మన్ ఆడారి ఆనంద్ కుమార్, మహారాజ కో–ఆపరేటివ్ బ్యాంక్ చైర్మన్ ఎం.ఆర్.కె.రాజు, కనకమహాలక్ష్మి కో–ఆపరేటివ్ అర్బన్ బ్యాంక్ చైర్మన్ కొమ్మారెడ్డి రాంబాబు, వాణి కో–ఆపరేటివ్ అర్బన్ బ్యాంక్ చైర్మన్ ఎం.వెంకటరత్నం, ఇన్నీస్ పేట కో–ఆపరేటివ్ అర్బన్ బ్యాంక్ చైర్మన్ కోళ్ల అచ్యుతరామారావు, హిందూస్థాన్ షిప్‌యార్డ్ స్టార్ కో–ఆపరేటివ్ బ్యాంక్ చైర్మన్ కె.శ్రీనివాస్ రెడ్డి, బ్యాంకు సీనియర్ వైస్ చైర్మన్ గుడివాడ భాస్కరరావు, సీఈవో పి.వి.నరసింహ మూర్తి, డైరెక్టర్లు స్టాలిన్, నాగభూషణ చౌదరి, కామరాజు, కాకి భవాని తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రిటైర్డ్ ఉద్యోగులకు రాయితీ కల్పించాలని వినతి



మాటూరి శ్రీనివాసరావు

ఉక్కునగరం: స్టీల్‌ప్లాంట్ గురజాడ కళాక్షేత్రంలో రిటైర్డ్ ఉద్యోగుల పిల్లల వేడుకలకు రాయితీ కల్పించాలని ఉక్కు పదవీ విరమణ ఉద్యోగుల సంఘం అధ్యక్షుడు మాటూరి శ్రీనివాసరావు కోరారు. ఈ మేరకు గురువారం ఆయన సీఎండీ అతుల్ భట్‌కు లేఖ అందించారు. ఇటీవల యాజమాన్యం విడుదల చేసిన సర్క్యులర్‌లో ఉద్యోగుల పిల్లల వివాహం, కార్యక్రమాల టారిఫ్ విడుదల చేశారని, అందులో విశ్రాంత ఉద్యోగుల ప్రస్తావన లేదని పేర్కొన్నారు. ప్లాంట్‌లో సుమారు 40 ఏళ్ల సర్వీసు పూర్తి చేసుకుని, చాలీచాలనీ పెన్షన్‌తో బతుకుతున్నామన్నారు. రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు తమ పిల్లల వివాహాలు బయటివారితో సమానంగా అంత ఖర్చుతో ఎలా చేసుకోగలరో ఆలోచించి, టారిఫ్‌లో రాయితీ కల్పించాలని కోరారు.

నీటి సంరక్షణ అందరి బాధ్యత



విద్యార్థులతో ప్రతిజ్ఞ చేయిస్తున్న ఉపాధ్యాయులు

అగనంపూడి: విద్యార్థులు నీటిని పొదుపుగా వాడడంతో పాటు భూగర్భ జలాల పరిరక్షణకు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని పెదముషిడివాడ హైస్కూల్ హెచ్ఎం కృష్ణ సూచించారు. మిషన్ లైఫ్ ఎకో క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో నీటి పరిరక్షణ చర్యలపై పాఠశాల ఆవరణలో గురువారం నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఓ పక్క భూగర్భ జలాలు ఇంకిపోతున్నాయని.. మరోపక్క నీరు కలుషితం అవుతోందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. దీంతో నీటిని కూడా కొనుక్కునే పరిస్థితి ఎదురవుతోందన్నారు. నీటిని వృథాగా పోనివ్వవద్దని, ఇంటి ఆవరణాల్లో ఇంకుడు గుంతలు ఏర్పాటు చేసి నీటిని సంరక్షించాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో ఎకో క్లబ్ టీచర్ సాయి లక్ష్మి, సైన్స్ ఉపాధ్యాయులు పెద్దినాయుడు, సుధాకర్, పీడీ రమణ పాల్గొన్నారు.

వయోజనులకు బీసీజీ టీకాలు



జోగారావునగర్‌లో టీకా వేస్తున్న ఏఎన్ఎం

కంచరపాలెం: స్థానిక రామ్మూర్తిపంతులుపేట పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రం ప్రధాన వైద్యాధికారి డాక్టర్ మట్టా ప్రియాంక నేతృత్వంలో గురువారం వయోజనులకు బీసీజీ టీకాలు వేశారు. 55, 56 వార్డుల పరిధిలోని జోగారావునగర్, గాంధీనగర్, రెడ్డి కంచరపాలెం, జాషువానగర్, అశోక్ నగర్, గొల్లకంచరపాలెం, తోటవీధి, దుర్గానగర్, గోకుల్‌నగర్, గౌరీనగర్ తదితర ప్రాంతాల్లో వయోజనులకు వ్యాక్సినేషన్ చేపట్టారు. ముందుగా సచివాలయ ఏఎన్ఎంలు, ఆశా వర్కర్లు, టీబీ సిబ్బందికి వ్యాక్సినేషన్‌పై డాక్టర్ ప్రియాంక అవగాహన కల్పించారు. బీసీజీ వ్యాక్సినేషన్ తరువాత, ఎవరికీ టీకాలు వేయాలి, ఎవరికీ వేయకూడదనే వాటిపై ఆమె పలు సూచనలిచ్చారు.

ఆర్టీసీ కార్మికుల సమస్యలు పరిష్కరించాలి

మల్కాపురం: ఆర్టీసీ కార్మికులపై వేధింపులు ఆపాలని, సమస్యలు పరిష్కరించాలని గాజువాక ఆర్టీసీ డిపో ఎస్ఎంయూ యూనియన్ ప్రధాన కార్యదర్శి శంకరరావు డిమాండ్ చేశారు. కార్మికులను గాజువాక ఆర్టీసీ డిపో మేనేజర్ ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. కార్మికులకు కనీస సౌకర్యాలు కల్పించాల్సిన డిపో మేనేజర్ వేధింపులకు పాల్పడడం సరికాదని పేర్కొన్నారు. బస్సులు కండీషన్‌లో లేవని, ఇంధనం పొదుపు ఎలా సాధ్యమవుతుందో ఆయనే చెప్పాలన్నారు. కార్మికుల సమస్యలపై ఈ నెల 7,8 తేదీల్లో ఎర్ర రిబ్బన్లతో నిరసన వ్యక్తం చేశామని, అయినా యాజమాన్యం స్పందించలేదన్నారు. అందుకే మళ్లీ ప్రింటెడ్ బ్యాడ్జిలతో గురువారం నిరసన వ్యక్తం చేశామన్నారు. సమస్యలు పరిష్కరించకపోతే ఉద్యమం ఉధృతం చేస్తామని హెచ్చరించారు.